N° 02
2023

aphasia

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

aphasiesuisse (...)

wenn Worte fehlen.
quand les mots font défaut.
quando le parole sfuggono.
sch'ils pleds mancan.

IMPRESSUM

Erscheint | Paraît | Appare
2-mal pro Jahr | 2 fois par an | 2 volte all' anno

Redaktion | Rédaction | Redazione
aphasie suisse, Luzern

Übersetzung | Traduction | Traduzione
Claudine Béroud | Manuela Catenazzi-Madrigali

Gestaltung | Formation | Formazione
Sandro Büchler, Sursee

Druck | Imprimerie | Stampa
Schlüssel Medien AG, Schenkon

Herausgeber | Editeur | Editore
aphasie suisse, T 041 240 05 83
info@aphasie.org, www.aphasie.org

Spende | Don | Donazione
PC 60-4146-8
IBAN CH70 0900 0000 6000 4146 8

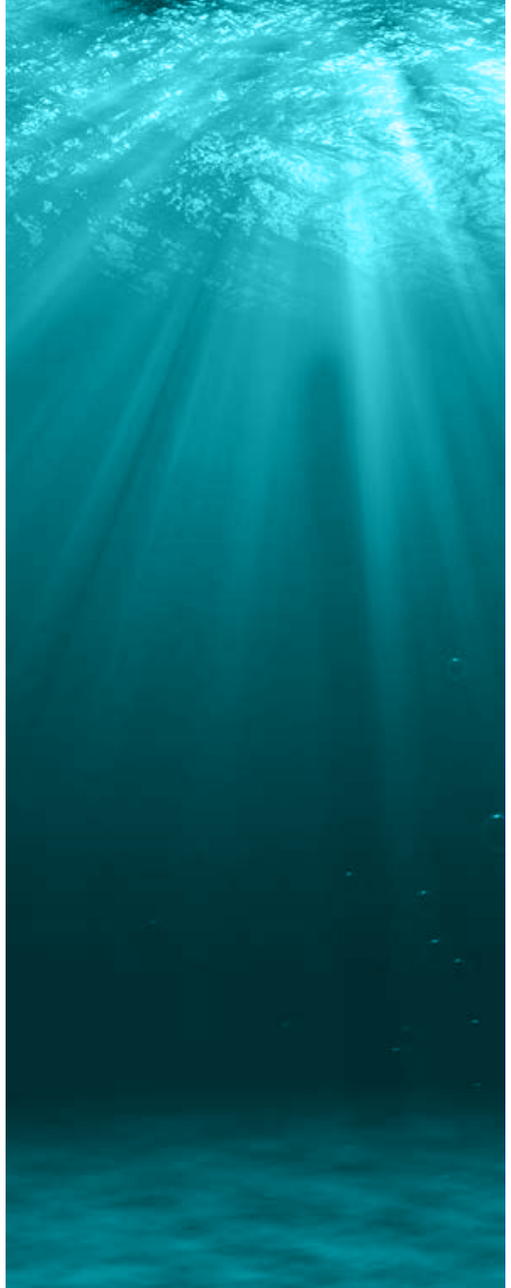
© aphasie suisse

Aphasiechöre
Chœur des personnes aphasiques
Coro ticinese delle persone afasiche

Kontaktadressen und Veranstaltungen
Adresses de contact et manifestations
Indirizzi di contatto ed eventi

Selbsthilfegruppen
Associations romandes d'aphasiques
Amici Ticinesi per l'Afasia (ATiA)

Kontaktadressen und Veranstaltungen
Adresses de contact et manifestations
Indirizzi di contatto ed eventi



INHALT | TABLE DES MATIÈRES | INDICE

Deutschsprachiger Teil

Fokus 4
Aktuelles 10
Selbsthilfegruppen 22
Aphasiechöre 26
Aus dem Leben 36
Service 38

Partie francophone

Focus 40
Nouveautes 46
Associations romandes d'aphasiques 58
De la vie 64
Service 66

Parte in lingua italiana

Focus 68
Novità 74
Dalla vita 86
Servizio 88

DE FR IT

Identität ist … ein Gefühl für die eigene Würde

Anette Lippeck · Diplom-Psychologin Universität

«Wer bin ich?» – Diese Frage begleitet uns ein Leben lang. Das Neugeborene lernt schon in den ersten Monaten nach der Geburt, dass es nicht mit der Mutter identisch ist. Das jährige Kind entwickelt bereits ein Bewusstsein für die eigenen Fähigkeiten und will deshalb vieles selber machen. Das Schulkind kann Wahrheit und Unwahrheit voneinander unterscheiden und vergleicht sich mit seinen Kolleginnen und Freunden. Und die Jugendlichen? Sie suchen intensiv nach Antworten auf die beiden Zwillingsfragen: «Wer bin ich? Wer will ich sein?» Und genauso wichtig wird in diesem Alter die Beziehungsfrage: «Wer bist denn du?»

Heutzutage verbinden viele Menschen mit der Frage nach ihrer Identität eine harte intellektuelle Arbeit und die Forderung nach Selbstdisziplin. Der aktuelle Zeitgeist verlangt, dass jeder, der mithalten will, «etwas aus seinem Leben macht». Um die eigenen körperlichen und geistigen Fähigkeiten zur Perfektion zu bringen, werden nicht selten die Ergebnisse wissenschaftlicher Forschung auf sich selbst angewendet - um nicht zu sagen: Die Forschungsresultate werden gegen (!) sich selbst angewendet. In dieser Welt der Selbstoptimierung und der Imagepflege gibt es für die vielen Menschen, die einen schweren Schicksalsschlag oder Verlust erleiden, keine wirklich hilfreichen Antworten. Ja, es tönt zynisch, wenn der Anspruch erhoben wird, «nun an sich zu arbeiten und die Situation als Lernaufgabe zu begreifen» oder sich gar «als Mensch ganz neu zu erfinden». Die Realität wird ausgeblendet, Trauer und Verzweiflung werden verleugnet. Die Betroffenen bleiben gedemütigt aussen vor.

Ich möchte deshalb für einen Gegenentwurf zur Ego-Identität plädieren und Werbung machen für mehr Menschenwürde. Meine Erfahrung ist: Identität ist, wenn jemand die Kraft seiner Werte leben kann und dabei mit sich im Reinen ist. Und wenn jemand trotz widriger Erfahrungen einen unzerstörbaren Lebenssinn verspürt.

Menschen mit dieser Art Identität haben eine ganz besondere Ausstrahlung. Auch wenn sie nicht viel sagen oder sogar die Fähigkeit zu sprechen verloren haben, bewirkt allein ihre Anwesenheit, dass andere Menschen in ihrer Nähe zur Ruhe kommen, sich sammeln können, Hoffnung und Zuversicht erfahren. Frieden und Harmonie werden manchmal nicht durch eine Flut an Wörtern und leidenschaftliche Reden in die Welt gebracht, sondern durch die schlichte Präsenz von Menschen, die tief im Inneren zu dieser Identität der Würde gefunden haben. Etwas sehr Wertvolles geht von ihnen aus und zeigt sich als feine Geste, als freundliches Kopfnicken, als aufmerksamer Blick, als stilles Lächeln oder tröstendes Schweigen.

Und dann kann es sein, dass wir zu diesen Menschen, die eine Identität der Würde leben, emotional in Resonanz gehen und den Trubel der Ego-Identitäten beiseitelassen. Dann kann es sein, dass wir uns tief im Inneren wieder daran erinnern, was wir selber wirklich wollen und was uns persönlich wirklich wichtig ist.

Und unser eigenes Sprechen und Handeln erhält wieder Kraft und Klarheit.

Anette Lippeck hat ein naturwissenschaftlich orientiertes Psychologiestudium absolviert und bis zu ihrer Pensionierung in beratenden und psychotherapeutischen Berufsfeldern gearbeitet.

Unterstütze Kommunikation (UK) mit Kommunikationstafeln

Schneller sagen, was mir wirklich wichtig ist

Nicht-elektronische Kommunikationshilfe
Neben den elektronischen Kommunikationshilfen wie Apps und Talker gibt es eine grosse Auswahl an nicht-elektronischen Kommunikationshilfen. Ein Kommunikationsbuch kann auch ausgedruckt werden und ist so immer verfügbar. Es braucht weder Strom noch Internet zum Kommunizieren. Es lässt sich einfach bedienen und braucht kein technisches Wissen. Auch körpereigene Kommunikationshilfen sind immer zugänglich. Gebärden, die eigene Gestik und Mimik eignen sich besonders für die Kommunikation mit den engsten Bezugspersonen.

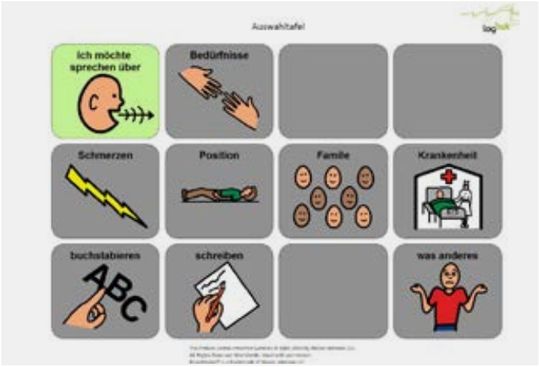
Kommunikationstafeln nach Situation
Kommunikationstafeln ermöglichen eine unabhängige und freie Kommunikation für Menschen mit Aphasie. Eine Kommunikationstafel ist eine Tafel mit mehreren Bildern oder Piktogrammen. Man zeigt auf das Bild und kann so mitteilen, was man braucht. Eine Kommunikationstafel hat immer eine begrenzte Anzahl Bilder. Die Anzahl und Grösse der Bilder können individuell angepasst werden. Es kann nur ein Bild, ein Text oder eine Kombination von Bild und Text verwendet werden. Es können allgemeine Piktogramme, oder Bilder von echten Gegenständen der Person gebraucht werden. Damit Kommunikationstafeln sinnvoll eingesetzt werden können, passt man sie der Situation an. Deshalb lohnt es sich, mehrere Kommunikationstafeln zu erstellen. So kann man zum Beispiel Kommunikationstafeln erstellen fürs Mittagessen, die Kommunikation mit der Spitex, für die Jass-Gruppe, fürs Kochen oder auch für den Einkauf. Kommunikationstafeln lassen sich auch prima mit technischen Kommunikationshilfen kombinieren. So kann man auch noch kommunizieren, wenn der Akku leer ist. Wenn man die Kommunikationstafeln laminiert, können sie einfach gereinigt oder desinfiziert werden und sind bei jedem Wetter einsetzbar. Einfache Vorlagen für Kommunikationstafeln können auf der Website von «UK-im-Blick» heruntergeladen und ausprobiert werden.

Weitere Infos und Vorlagen

Website von UK-im-Blick der LogBUK GmbH:
www.uk-im-blick.de
Vorlagen zum Herunterladen finden Sie unter Service => Materialien

Julian Fischer: logo@ik.me

Über UK im Blick



Die Website UK-im-Blick wird von der Praxis LogBUK betrieben. Sie ist ein Informationsportal zum Thema UK. Der Schwerpunkt liegt beim Einsatz von UK für Erwachsene.

Julian Fischer ist Logopäde. Er arbeitet im Kantonsspital Luzern. Er ist seit Ende 2022 im Vorstand von aphasie suisse. In der Freizeit interessiert er sich für Informatik und Gaming.

DE FR IT

AHV Reform
Das ändert sich

Die Reform AHV 21 wurde am 25. September 2022 vom Schweizer Stimmvolk gutgeheissen und tritt per 1. Januar 2024 in Kraft. Das ordentliche Pensionierungsalter für Frauen wird schrittweise von 64 auf 65 Jahre erhöht. Die erste Erhöhung um drei Monate findet im Jahre 2025 statt, für die 1961 geborenen Frauen. Frauen mit Jahrgang 1962 müssen sechs Monate länger arbeiten bis zur ordentlichen Pensionierung, 1963 geborene Frauen neun Monate mehr und 1964 geborene Frauen bis Alter 65. Ab 2028 gilt für Frauen und Männer das gleiche Rentenalter.

Die Übergangsgeneration wird finanziell entschädigt. Frauen, die bis zum neu für sie gültigen Rentenalter arbeiten, bekommen dafür einen lebenslangen Zuschlag auf ihre AHV-Renten. Frauen mit tieferen Einkommen erhalten einen höheren Zuschlag. Der monatliche Zuschlag auf die Rente beträgt maximal:

- 160 Franken für Frauen mit einem Einkommen bis 58‘800 Franken (vierfache minimale AHV-Einzelrente)
- 100 Franken für ein Einkommen zwischen 58’801 Franken und 73‘500 Franken (fünffache minimale AHV-Einzelrente)
- 50 Franken für ein Einkommen ab 73’501 Franken

Die 1964 und 1965 geborenen Frauen erhalten den vollen Zuschlag. Bis zum Jahrgang 1970 sinkt die Kompensation auf null. Der Rentenzuschlag wird ein Leben lang in unveränderter Höhe ohne Teuerungsanpassung ausbezahlt.

Frauen der Übergangsgeneration können sich für eine Frühpensionierung entscheiden. Sie gehen mit 64 Jahren (oder früher) in Pension. Dieser Vorbezug kürzt ihre Renten.

Diverse Auswirkungen der AHV-Reform betreffen sowohl Frauen als auch Männer. Neu wird man seine erste AHV-Rente flexibel zwischen 63 und 70 abrufen können (Frauen der Übergangsgeneration ab 62). Zudem wird es möglich sein, zuerst nur einen Teil der Rente, 20 bis 80 Prozent, zu beziehen und den Rest aufzuschieben. Das soll den Übergang in die Pensionierung erleichtern.

Wer über das ordentliche Pensionierungsalter hinaus arbeitet und mehr als 1’400 Franken im Monat verdient, muss weiterhin in die AHV einzahlen. Diese Beiträge führen derzeit aber nicht zu einer höheren Rente. Die AHV-Reform korrigiert das teilweise. Neu werden die nach 65 eingezahlten Beiträge rentenbildend sein. Das macht es finanziell attraktiver, über das ordentliche Rentenalter hinaus zu arbeiten. Wer die Maximalrente bereits erreicht hat, kann sie nicht weiter erhöhen. Künftig wird man zudem entscheiden können, ob man auf dem gesamten Einkommen AHV-Beiträge bezahlen will oder den Freibetrag von 1’400 Franken im Monat wählt.

Ivo Zemp. Dipl. Treuhandexperte. Verheiratet und Vater von 3 Kindern. Partner und Mitinhaber der OPTEX Treuhand AG in Kriens. Wir bieten optimale Betreuung durch Experten:innen in den Bereichen Treuhand, Steuern, Beratung und Prüfung.

Zuversicht als Schlüssel

Wunderbare Werke an der Bild-Auktion

Nach einjähriger Vorbereitungszeit war es am Vorabend des 23. Mai 2023 endlich soweit. Kunstschaffende und Käufer trafen sich im Hotel Continental Park Luzern zur öffentlichen aphasie suisse Bild-Auktion. Rund ums Thema «Zuversicht» waren 22 beeindruckende Werke im Saal aufgestellt und präsentierten sich dem interessierten Publikum.

Wortgewandt, sympathisch und mit viel Geschick führte der Auktionator Manuel Naranjo durch den Anlass und motivierte die Anwesenden zum Erwerb der Bilder. Informationen und Interviews von und mit den Kunstschaffenden sowie mit dem Präsidenten Crisanto Farese bereicherten die gelungene Bild-Auktion.

Mit dem Erlös aus der Bild-Auktion können die schweizweiten Projekte «Bewegtes Theater» und «Kochen mit Bildern» realisiert werden. Schön zu sehen, dass sich das Vertrauen in die Gemeinschaft gelohnt hat und aphasie suisse mit Zuversicht die neuen Angebote realisieren kann.

Zuversicht

Es kam aus dem Nichts. War ich kurz nicht konzentriert oder vielleicht zu müde? Erwacht bin ich in einer veränderten Welt. Vom Geschehenen weiss ich nichts mehr.

Heute fühle mich stetig leichter, direkter und ungezwungener. Finde zu alten Neigungen und Gefühlen zurück. Blühe zum Beispiel auf in der Malerei und stelle Entwicklungen fest, die ich nicht plane.

Meine Umwelt nimmt teil am Geschehenen und stimmt mich zuversichtlich, dass der Sinn des Lebens stetig in verschiedenen Formen weitergeht.

Sandra Speiser, vorgetragen an der Bild-Auktion

Text und Fotos: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse

DE FR IT

Momente, die in Erinnerung bleiben

Gelungene Jubiläumsfeier

Ein emotional bewegtes Ehrenmitglied, die glücklichen Gesichter der Sängerinnen und Sänger des Aphasie Jodelchors und der rege Austausch unter den Vereinsmitgliedern.

Das sind drei Bilder, die mir als erstes in Erinnerung an die Jubiläumsfeier in den Sinn kommen.

Am 23. Juni 2023 traf sich die aphasie suisse Gemeinschaft zur Feier des 40-jährigen Jubiläums im Hotel Continental Park in Luzern.

Im ersten Teil führte Präsident Crisanto Farese mit viel Verve, gekonnt und zweisprachig durch die Mitgliederversammlung. Ein Höhepunkt derselben war die Verabschiedung von Prof. Dr. Jean-Marie Annoni. Nach 30 Jahren Vereinstätigkeit trat er aus dem Vorstand zurück. Cornelia Kneubühler, Sandra Speiser und Monica Koenig würdigten seine Leistungen und sprachen ihm den verdienten Dank aus. Zwischen den Reden verschönerten die Sängerinnen und Sänger des Aphasie Jodelchors diese Anerkennung musikalisch.

Als besondere Auszeichnung ernannte Crisanto Farese Prof. Dr. Jean-Marie Annoni zum aphasie suisse Ehrenmitglied und überreichte ihm die Ehrenurkunde.

Das gemeinsame Mittagessen bot Gelegenheit in Erinnerungen zu schwelgen, sich auszutauschen und Kontakte zu pflegen. Den Nachmittag bereicherte Prof. Dr. Rita Fasel mit ihrem Referat «Ein anderer Blick auf Emotionen».

Die vielen positiven Rückmeldungen zur Jubiläumsfeier motivieren uns in unserer täglichen Arbeit und zeigen einmal mehr - Begegnungen stärken!

Text: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Fotos: Luzia Niederberger, aphasie suisse

Jodelnd die Herzen erobert
Begeisterndes Jubiläumskonzert

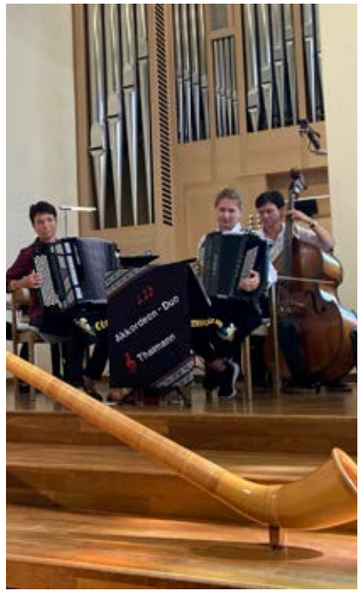
Die Anspannung der Sängerinnen und Sänger des Aphasie Jodelchors war beim Einsingen deutlich spürbar. Wie würde der Auftritt am Jubiläumskonzert vom 23. September 2023 in Luzern bei den Zuhörenden ankommen?

Der Funke sprang schnell über und die Sängerinnen und Sänger wussten zu begeistern.

Die versierte Leiterin des Aphasie Jodelchors, Silvia Rymann, führte mit ihrer ruhigen und gekonnten Art den Chor zu Höchstleistungen. Die Darbietungen der Familienkapelle Cècile Thalmann und des Alphornbläsers Walti Sigrist bereicherten das rundum gelungene Konzertprogramm.

Was bleibt, ist eine unbändige Freude an der Musik und die Erinnerung an ein begeisterndes Jubiläumskonzert. Ein herzliches Dankeschön an alle Beteiligten, die dies möglich machten.

Text: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Fotos: Luzia Niederberger, aphasie suisse



DE FR IT

Backen ohne an Sprachbarrieren zu stossen

aphasie suisse Dessertbroschüre

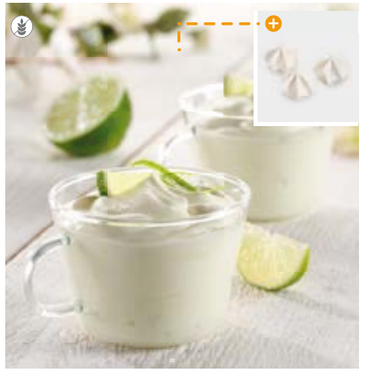
Unsere neue Dessertbroschüre kommt ohne Worte aus. Jedes der zehn Rezepte besteht aus Fotos und Piktogrammen. Alle Zutaten und Kochutensilien werden im Bild gezeigt, jeder Arbeitsschritt ist fotografiert. Der Rezeptbogen reicht von Brownies über Caramelparfait, Heidelbeeren-Mascarponecreme, Tiramisu bis zu Joghurt Limetten Mousse.

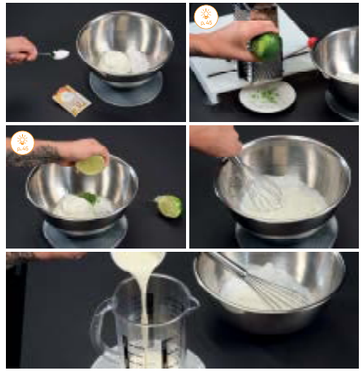
Auf vier Seiten finden sich zudem praktische Tipps: Wie man Zitronen reibt, Eiweiss von Eigelb trennt, Schokolade im Wasserbad schmelzt, Glacekugeln formt und Verpackungen öffnet. Dies für Menschen, die wegen einer Lähmung oder einer rheumatischen Erkrankung mit einer Hand zurechtkommen müssen.

Drei unterschiedlich von Aphasie betroffene Männer und Frauen gehörten zum vielköpfigen Team, das in mehrmonatiger Arbeit die neue Dessertbroschüre erarbeitet hat. An vier Workshops, zwei Testkochtagen und drei Fotoshootingtagen wurden die zehn Desserts von aphasischen Menschen ausgewählt und durch sie zubereitet.

Die Broschüre im Format 23 x 23 cm umfasst 52 Seiten. Sie kann zum Preis von CHF 22.00 inkl. Versandkosten unter Telefon 041 240 05 83 oder info@aphasie.org bestellt werden.

www.aphasie.org/shop





Text: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Fotos: Foto Plus Schweiz GmbH

DE FR IT

Ausflüge mit dem Aphasie Treff

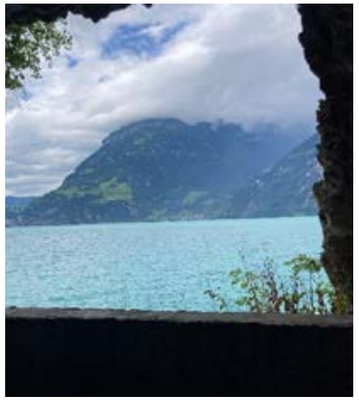
Der Treff für Aktivitäten und Ausflüge in der Zentralschweiz

Der Ausflug im Juli führte uns trotz Regenwetter auf die verkürzte Version des «Wegs der Schweiz». Gut gelaunt starteten wir auf dem Schiff mit einem gemütlichen z'Morgenkafi und Gipfeli. Natürlich durfte eine lustige UNO- Spielrunde nicht fehlen. In Isleten fegte uns der Wind fast vom Schiffsteg. Doch das Wetter konnte uns nichts anhaben, denn unser Weg verlief im trockenen Tunnel Richtung Bauen. Ein wunderschöner Fussweg von ca. 1 Stunde. Nach einem höchst genussvollen Mittagessen gings dann wieder mit dem Schiff zurück nach Luzern.

Der Ausflug im August war etwas sportlicher gestaltet. Mit einem E-3-Rad Velo und einem E-Tandem Velo der Stiftung Brändi, machten wir uns auf den Weg von Luzern nach Ruswil. Dank der Unterstützung meisterten wir alle Steigungen des Weges. In Ruswil wurden wir von Fausto und Priska auf der kleinen «Alp» herzlich in Empfang genommen und kulinarisch so richtig verwöhnt. Herzlichen Dank noch einmal Fausto und Priska! Der Rückweg nach Luzern rollte sich dann, mit vollem Magen, bergab einiges leichter. Zufrieden und glücklich verabschiedeten wir uns nach einem erfrischenden Getränk im Inseli.

Die nächsten Termine:

11.10.23	Culinarium Alpinum Alp Sprinz Degustation
15.11.23	Bourbaki Filmwirtschaft und Kinotechnik im Wandel
13.12.23	Aphasie Treff in der Kreativ Werkstatt
20.12.23	Aphasie Treff im Bewegten Theater



Text und Bilder: Luzia Niederberger, aphasie suisse

AKTUELLES | Dienstleistungen

Sprechkaffee und Bewegtes Theater

Unsere neuen Angebote

Sprechkaffee
Gemeinsam mit unserem Logopäden Julian Fischer plaudern wir über Alltagssituationen. Wir üben dabei in ruhiger Atmosphäre die Sprache, die Kommunikation und Ausdrucksmöglichkeiten.

Dienstag	**Zeit:**
10.10.2023	09.30 – 11.30 Uhr
21.11.2023	
28.11.2023	Für Mitglieder kostenlos
12.12.2023	

Bewegtes Theater
Erlebe durch die Sprache, Laute und Bewegung deinen persönlichen Ausdruck auf der Theater Bühne. Menschen mit und ohne Theatererfahrung sind herzlich willkommen.

Mittwoch	**Zeit:**
25.10.2023	14.00 – 16.30 Uhr
22.11.2023	
20.12.2023	Für Mitglieder kostenlos

DE FR IT

SELBSTHILFEGRUPPEN

Reise nach Salzburg

Aphasiker Gruppe Zug

Am 3. Juli bestiegen zwölf reiselustige Aphasiker und Begleitpersonen den Raillet nach Salzburg. Nach kurzweiliger Fahrt wurde die Gruppe von der vorausgereisten Präsidentin und gebürtigen Salzburgerin Monika Minar am Bahnhof in Empfang genommen.

Nach dem Einchecken im Hotel stand ein erster Besuch in der eindrucksvollen Altstadt und die kulinarische Begrüssung mit Wiener Schnitzel und Kaiserschmarrn auf dem Programm.

Petrus war der Aphasiker-Gruppe wohlgesonnen, die Mozartstadt präsentierte sich fast die ganze Woche von ihrer besten Seite. Bei angenehm sommerlichen Temperaturen wurde die Stadt vom Mönchsberg herab bestaunt. Im Mirabellgarten konnte spazierend oder auf schattigen Sitzbänken die Blumenpracht und der Blick auf die Festung Hohensalzburg genossen werden.

Es blieb aber auch genügend Zeit zur Erkundung der Barockstadt auf eigene Faust oder «Lädele» in der Getreide- und Linzergasse. Für die Frühaufsteher war der Wochenmarkt, die Schranne, ein Fest für Augen, Nase und Gaumen. Der einzige Regenschauer ereignete sich ausgerechnet am Abend des Konzerts auf der Festung, wollten doch die Damen dem Anlass entsprechend im schönen Kleid aufwarten. Stattdessen musste kurzerhand auf regenfeste Bekleidung umdisponiert werden. Der Weg zum «Goldenen Saal» erwies sich durch die zahlreichen Treppenstufen für Einige als Herausforderung. Durch den stimmungsvollen Raum, den tollen Sonnenuntergang durchs Fenster und die wunderbar dargebotene Musik hat sich die Anstrengung mehr als gelohnt.

Ein Highlight war die Kutschenfahrt zu den Wasserspielen nach Schloss Hellbrunn, wo so manche unter dem Gelächter der anderen nass wurden.

Viel zu schnell gingen die eindrucksvollen Tage im schönen Salzburg vorüber, aber es bleiben unvergessliche Erinnerungen an eine fröhliche, interessante Reise.

Text und Fotos: Kurt Bopp

DE FR IT

SELBSTHILFEGRUPPEN

Unser Ausflug in den Zoo Zürich

Aphasie-Gruppe Zürich

Einmal im Jahr macht unsere Aphasie-Gruppe in Zürich einen Tagesausflug. Dieses Jahr war der Zoo in Zürich unser Ziel.

Wir haben uns am Vormittag im Bahnhof Zürich getroffen. Mit der Tram sind wir nachher zum Zürichberg gefahren. Der Zoo Zürich ist unterdessen sehr gross geworden. Wir haben uns in diesem Jahr daher hauptsächlich auf die Lewa Savanne fokussiert, eine mit 5.6 Hektar grosse Anlage.

Mit dem Masola-Express waren wir schnell in der Lewa Savanne. Es gibt in der Lewa Savanne fünfzehn Tierarten (zehn Säugetierarten, drei Vogelarten und zwei Reptilienarten). Wir haben auf unserem Rundgang viele gesehen. Nach einiger Zeit kam bei uns langsam Hunger. Mit einem guten Essen waren wir nachher für weitere Aktionen gestärkt.

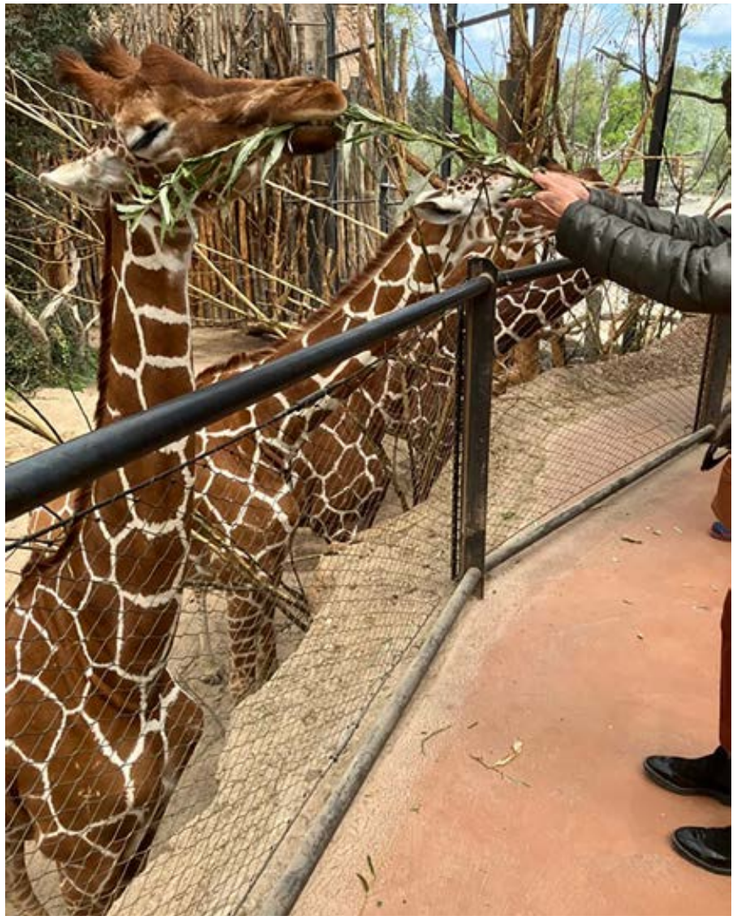
Nach unserem eigenen Genuss war für uns die nächste Aufgabe, dass auch die Giraffen etwas zu Essen kriegen. Wir haben Blätter erhalten und die Tiere damit gefüttert.

Der nächste Punkt war die Elefanten anzuschauen, welche einen eigenen Park haben.

Kaum waren wir nachher wieder an der Luft, gab es plötzlich ein bisschen Regen. Aber der Masoala-Express war gleich für uns da. So kamen wir im Trocknen zum Ausgang des Zoos.

Es war ein schöner Tag im Zoo mit schönen, interessanten Eindrücken und mit guten schönen Gesprächen in unserer Gruppe.

Text: Xaver Schröter
Fotos: Magi Meier



DE FR IT

APHASIECHÖRE

Pfarreifest in Aesch BL 2023

AphaSingers Basiliensis

Anlässlich des Pfarreifestes im August wurde der Chor eingeladen im Gottesdienst zu singen. Die Kanons sind uns gut gelungen, aber am schönsten klingen die Lieder, wenn gemeinsam mit den Anwesenden gesungen wird.

Das Dona nobis pacem am Schluss war das Tüpfli uf em i.

Die Kollekte und der Erlös des Festes gehen an ganz verschiedene Projekte. Eines möchte ich hervorheben, weil unser Sänger Oscar und seine Frau Georgina daran beteiligt sind.

Es ist ein Projekt in Peru,
FEDERH = Fe y DERechos Humanos.

«In gelebter Glaubensgemeinschaft wird ein Gegenpol zu Gewalt, Ausnützung und Unterdrückung aufgezeigt und eingeübt. Im Wahrnehmen der Menschenrechte entsteht eine Grundlage, auf der die indigenen Volksgruppen ihr Leben in die eigenen Hände nehmen und gestalten können.»

Chortag im Kloster Dornach
Am 5. September versammelten sich etwa zwei Drittel des Chores im Kloster Dornach, um ausgiebig zu proben und einen musikalischen Tag zu verbringen. Das Refektorium bot eine ausgezeichnete Akustik und das Singen machte grosse Freude. Die Sängerinnen und Sänger waren mit grosser Konzentration dabei und auch das Lachen kam nicht zu kurz.

Bei schönstem Wetter konnten wir die Mittagspause gemeinsam mit den Angehörigen im Gartenrestaurant verbringen. Im Schatten war es ganz angenehm, auch bei sommerlichen Temperaturen von 28 Grad.

Unsere nächsten intensiven Proben werden wir im Mai 2024 in Interlaken abhalten. Aber dann sind wir ganze drei Tage zusammen. Neben den Proben wird es auch Platz geben für Spiel und Spass und einen Ausflug.

Text: Edith Weiss
Fotos: Andreas Wieland

DE FR IT

APHASIECHÖRE

Konzert am Canovasee

Aphasie-Chor Graubünden

Kürzlich war es wieder so weit: Der Aphasie-Chor Graubünden unter der Leitung von Annemarie Lieberherr, sowie Fredi Egli mit seinem Akkordeon unterhielten die Gäste am Canovasee mit gefälligen Liedern und lüpfigen Melodien.

Bereits zum dritten Mal fand dieser spontane Anlass am See statt. Der Applaus der Gäste war dem Chor sicher und die Freude der Mitwirkenden gross. Die Bilder sprechen für sich.

Text: Albert Schufelberger
Fotos: Helen Dietrich

DE FR IT

APHASIECHÖRE

Singen trotz Aphasie
Singgruppe Langenthal

Unsere freie Singgruppe Singen trotz Aphasie hat im August 2023 ihr neuntes Jahresprogramm mit gemeinsamem Singen und anschliessendem Zusammensitzen begonnen. Trotz ausgeprägter Hitze sind 12 SängerInnen nach Langenthal gekommen, um unter der versierten Leitung von Dorli Lötscher einen Liederstrauss aus einem Repertoire von 60 Liedern und Kanons zu singen.

Wir sind sehr dankbar, dass wir im römisch-katholischen Kirchgemeindehaus an der Hasenmattstrasse 36 unentgeltliche Gäste sein dürfen. Die grosszügige Kaffeestube dürfen wir nach unseren Bedürfnissen im Halbrund um die Dirigentin und den Musiker Werner Aeschbacher bestuhlen.

Es mag sein, dass sich neue SängerInnen zu Beginn etwas überfordert fühlen, wenn wir aus unserem grossen Liedbestand zu singen beginnen. Bei manchen dieser Lieder taucht aber eine Erinnerung auf, die mitsummen lässt, sich ein Lächeln zeigt, das die nicht mehr geläufige Melodielinie überspielt. Falsch singen gibt es bei uns nicht. Unsere Dirigentin schätzt indes den Blickkontakt über das Liedblatt hinaus. Über allem schwebt eine heitere Gelassenheit und das Lachen kommt nicht zu kurz.

Die zweite Hälfte des Singnachmittags wird dem gemütlichen Austausch an der langen Zvieritafel bei Kaffee und Süssem aus dem Backofen von Verena Steffen und Werner Grüninger gewidmet.

aphasie suisse möchten wir für ihre grosszügig Unterstützung für das Jahr 2022 danken. Wir freuen uns, wenn neue SängerInnen den Versuch wagen, bei uns mitzusingen.

Kontakt:
Marina Simonett, Logopädin Langenthal, Tel. 062 922 85 38

Fotos und Text: Peter Hammerschlag

APHASIECHÖRE

Melodien bauen Brücken zu Worten

Aphasikerchor Ostschweiz

Zum 1. Mal im Ausland
Der Aphasikerchor Ostschweiz reiste nach Österreich zu der Fachhochschule Vorarlberg in Dornbirn. Die 21. Usability Day Tagung zum Thema Schlaganfall, war am Mittwoch, 21. Juni 2023. Diverse RednerInnen waren da und hielten ihre Vorträge. Die Anreise der motivierten Chormitglieder erfolgte mit dem Auto, Zug oder Bus.

Es konnte pünktlich mit dem Einsingen begonnen werden. Zuvor hatten wir die Gelegenheit feinen Kaffee und Nussstängeli zu geniessen.

Kurz vor dem Auftritt war der Saal mit 250 Leuten voll besetzt und die Aufregung wuchs.

Der Aphasikerchor Ostschweiz war, begleitet von der Chorleiterin Karin Anderegg Franchi am Klavier und in Schwung gehalten von der Dirigentin Kathrin Pfändler, der Hit. Von dem fröhlichen und lebendigen Gesang waren die ZuschauerInnen hell begeistert. Wir bekamen 2x Standing Ovation. Das Mittagessen und die Getränke wurden uns offeriert. Das Menu hat nicht allen gemundet. Doch Geschmäcker sind bekanntlich verschieden :-).

Am Nachmittag stieg das Thermometer auf über 30 Grad und es wurde sehr schwül.

Nach dem Mittagessen sangen wir nochmals und anschliessend machten wir uns glücklich auf den Rückweg. Es war ein grossartiges und ein einmaliges Erlebnis.

Die ÖsterreicherInnen möchten nun nach unserem Vorbild auch einen Chor für AphasikerInnen gründen.

Mögen eure Stimmen noch lang erklingen und so allen Menschen Freude bringen.

Texte: Desiree Zwahlen
Fotos: Ute Rabast und Anita Thoma

DE FR IT

Auftritt in Rorschach

Die Diplomfeier der Logopädie-Studierenden an der SHLR war am 6. Juli 2023 in Rorschach Die Feier startete pünktlich um 17 Uhr.

Wir sangen sieben Lieder. Immer nach zwei Liedern gab es eine Pause. Während dieser erhielten die Studierenden ihre Diplome.

Der musikalische Beitrag des Aphasikerchors Ostschweiz löste bei den Studierenden, ihren Professoren und den Angehörigen, grosse Bewunderung aus.

Als Dankeschön erhielten wir je eine Sonnenblume. Wir wünschen allen Diplomierten alles Gute für die Zukunft!

DE FR IT

APHASIECHÖRE

Matinee-Konzert im vollen Saal

Aphasiechor Zentralschweiz

Anfangs Sommer führte der Aphasiechor Zentralschweiz unter der gekonnten Leitung von Rudolf Zemp im Marianischen Saal in Luzern ein wunderschönes Konzert auf. Zuerst blendete der Chorleiter zurück auf das 15-jährige Bestehen des Chores. Er erzählte, wie er das erste Repertoire für den Chor zusammengestellt hatte und wie der erste Aphasiechor in der Schweiz rasch zu einer grossen Sängerschaft von rund 40 Mitgliedern heranwuchs.

Das geschickt zusammengestellte Programm bot Rosinen aus dem Repertoire der letzten 15 Jahre. Schon beim Querschnitt über die viersprachige Schweiz zeigten sich die differenziert ausgearbeiteten Melodien und Rhythmen. Das viersprachige Aphasiker Lied «Aus dem Auge» hatte die preisgekrönte Leta Semadeni extra für den Aphasiechor Zentralschweiz geschrieben und vertont wurde es vom bekannten, leider verstorbenen Luzerner Musiker Joseph Röösli.

Auch wunderschöne, alte Liebeslieder standen auf dem Programm, die von vier Instrumentalisten zauberhaft begleitet wurden.

Das Konzert war in allen Teilen ein Höhepunkt. Beim Dirigenten war das riesige Engagement und seine ansteckende Begeisterung für «seinen» Chor» zu spüren. Dieser sang mit ansteckender Freude und sehr gekonnt Lieder aus aller Welt. Das abschliessende «Si-ja hamba» begeisterte das Publikum sogar zum rhythmischen Mitklatschen und einer Standing Ovation. Der Chor sang sich buchstäblich in ihre Herzen.

Der Präsident Hermenegild Heuberger freute sich in seiner Ansprache über den gelungenen Anlass und ermunterte Interessierte an den Proben vorbeizuschauen. Der Chor sei eine Möglichkeit, bei einer Aphasie nicht zu vereinsamen. Er berichtete auch über die grosse Freude, dass dem Chor dieses Jahr der Anerkennungspreis der renommierten Albert Köchlin Stiftung verliehen wurde. Das gebe Motivation und Schwung für die Zukunft.

Der Chor von Aphasikerinnen und Aphasikern ist ein Mutmacher. Heute wie vor 15 Jahren ist eine sehr grosse Begeisterung zu spüren. «Wir singen, weil es uns Freude macht!»

Text: Bernadette Schaller, Monika Fischer
Fotos: Sandra Baumeler

Fasten und Überleben in Norwegen

Ein Bericht aus dem Leben

Der 23. September hatte für mich Konsequenzen: Infarkt im Mediastromgebiet! Dank sofortiger ärztlicher Betreuung überlebte ich den Infarkt. Es folgten zwei intensive Monate im Spital mit Neuropsychologie, Logopädie, Physio- und Ergotherapie.

Ohne die Hilfe meiner Mitpatienten, meiner Kinder und Freunde wäre es nicht möglich gewesen, wieder zu rechnen, zu schreiben oder Fremdsprachen zu sprechen.

Nach unzähligen Stunden und Monaten war ich wieder so weit. Ich durfte mit meinem Camper nach Norwegen reisen. Die unendliche Stille gepaart mit erhöhter Empfänglichkeit durch das Fasten ermöglichte mir eine Konfrontation mit mir selbst und meinen Lebensthemen.

Fotos und Text: Micheal Arndt

Mein zweiter Schlaganfall nach 14 Jahren

... nicht schon wieder!

Ich habe wieder einen Schlaganfall gehabt. Und warum? Weil die Doktoren und ich meinen Beinbruch im Frühjahr offen reparieren wollten! Am Vorabend der Operation spürte ich ein Weggehen, baumelte hilflos herum und war schliesslich weg. Irgendwann spürte ich, dass ich in ein anderes Haus gefahren wurde: dorthin, wo ich schon einmal gelegen habe. Das war vor 14 Jahren.

Im Laufe des Tages rief die Tochter an und stellte fest: «Du gibst seltsame Antworten, ich rufe später wieder an!» Ja, es hat mich «erwischt». Die fehlende Blutverdünnung zugunsten der bevorstehenden Operation hat einen Schlaganfall ausgelöst. Was soll ich jetzt machen? Nach 14 Jahren Aufbauarbeit wieder von vorne anfangen und dieselbe Laufbahn durchmachen? Immerhin spürte ich, dass ich dieses Mal wenigstens die Mundbewegungen problemlos ausführen konnte. Wenigstens dieser Vorteil!

Bei der Entlassung in die Reha schriebt das Spital: noch zeitweise Wortfindungsstörungen. Meine «hochgradige Globale Aphasie» war vorbei. Ich habe diese und meine vorübergehenden Lähmungen nicht gemerkt! Wöchentlich gehe ich in die Logopädie, suche Wörter und Begriffe und freue mich über die Logopädin, die bewusst betont: «Die Wörter sind alle in ihrem Kopf. Sie müssen einfach wieder den Zugang zu diesen finden!»

Auf denn! Herzlich
Magdalena Preisig-Morf

DE FR IT

SERVICE | Rätsel

Kreuzworträtsel

Winter-sportort i. Kt. GR	Meeres-schne-cke		slawi-scher Frauen-name	4	Abend-mahl-feier	un-wirklich	frz.-am. Autorin † 1977	Gegen-stand, Ding			ital. Kloster-bruder (Kw.)	Halb-insel im Weissen Meer	tragend. Baumteil Mz.		Comic-figur: ... und Struppi
						4		Kohle-handels-form							
Abk. f. e. brit. Airline			zurück-haltend, ängst-lich		nord-span. Wein-sorte				1		baumge-säumte Strasse		Autokz. Appenz. Inner-rhoden		
Anreiz, Moti-vation								Trikot-hemd		besonders: vor ...					
		6			peinlich genau		Mass-bandein-teilung				5		Unter-kunft		umge-kehrt
sommerl. Erfri-schung		süd-west-afrik. Staat		Grund-stücks-miete						Ingre-dienz		Abk.: Body-Mass-Index		9	
Teile der Finger							Glied einer math. Formel		Text-reihen						
				zusätz-lich, plus		feste Verbun-denheit				8		Wüste im Iran		Wende-ruf beim Segeln	
Essens-abfolge	Video-system		Kranken-nahrung, Schon-kost				7		Abk.: Tisch-tennis		eh. ital. Währung Mz.				
zunächst					3	ital. Tonbez. für das D		schweiz. Malerin † 1943 (Sophie)				2			
Abk.: heilig			Ort am Fuss des Matter-horns								heisse Getränke				
Element antiker Tempel							1	2	3	4	5	6	7	raetsel ch 8	9

Sudoku 1

				3	6	5		4
	4	6	8			7		2
5		9			2	1	3	6
	9		5					
	1	2	3				5	
4								
8	5	3	4		9		6	
	7				3			
		4		5		8		

DE FR IT

L'identité est … un sens de sa propre dignité

Anette Lippeck · Psychologue diplômée Université

«Qui suis-je?» – Cette question nous accompagne au cours de toute notre vie. Le nouveau-né apprend déjà dans les premiers mois après la naissance qu'il n'est pas identique à sa mère. L'enfant d'une année développe déjà une conscience pour ses propres capacités et veut par conséquent faire beaucoup par lui-même. L'enfant en âge de scolarité peut distinguer le vrai du faux et se compare à ses camarades et amis. Et les adolescents? Ils cherchent intensément des réponses aux questions jumelles: «Qui suis-je?», «Qui est-ce que je veux être?» Et tout aussi importante devient à cet âge la question relationnelle: «Qui es-tu donc?»

De nos jours, beaucoup de personnes relient la question de leur identité à un dur travail intellectuel et à l'exigence d'autodiscipline. L'esprit du temps demande que chacun qui veut suivre «fasse quelque chose de sa vie». Pour amener ses capacités physiques et intellectuelles à la perfection, il n'est pas rare que l'on applique sur soi-même les résultats de la recherche scientifique – pour ne pas dire: Que l'on applique contre (!) soi-même les résultats de la recherche scientifique. Dans ce monde de l'optimisation de soi et du soin apporté à son image, il n'existe pas de réponses vraiment utiles pour les nombreuses personnes qui subissent un dur coup du sort ou une lourde perte. Oui, cela paraît cynique quand on exige qu'«il faut maintenant travailler sur soi et considérer la situation comme sujet d'apprentissage» ou même de «se réinventer complètement en tant qu'être humain». La réalité est occultée, le chagrin et le désespoir sont niés. Il n'est pas tenu compte des personnes concernées qui restent là, ignorées et humiliées.

C'est pourquoi j'aimerais plaider pour un contre-projet à l'identité de l'ego et faire de la publicité pour davantage de dignité humaine. Mon expérience est: L'identité, c'est quand quelqu'un peut vivre la force de ses valeurs et être au clair avec lui-même en cela. Et quand quelqu'un éprouve un sens indestructible de la vie malgré des expériences difficiles.

Les personnes avec cette sorte d'identité ont un rayonnement tout particulier. Aussi quand elles ne disent pas beaucoup ou même qu'elles ont perdu la faculté de parler, leur seule présence fait que les autres personnes près d'elles trouvent le calme, peuvent se concentrer, font l'expérience de l'espoir et de la confiance. La paix et l'harmonie ne sont parfois pas apportées dans le monde par un flot de mots et des discours passionnés, mais par la simple présence de personnes qui ont trouvé au plus profond d'elles-mêmes cette identité de la dignité. Quelque chose de très précieux se dégage d'elles et se montre par des gestes ténus, par des hochements de tête amicaux, par un regard attentif, par un sourire muet ou par un silence réconfortant.

Et alors il se peut que nous nous mettions en résonnance émotionnelle avec ces personnes qui vivent une identité de la dignité et que nous laissions de côté l'agitation des identités de l'ego. Alors il se peut que nous nous souvenions au plus profond de nous-mêmes de ce que nous voulons vraiment et de ce qui nous importe vraiment.

Et notre manière de parler et d'agir retrouve force et clarté.

Anette Lippeck a suivi des études de psychologie axées sur les sciences naturelles et travaillé jusqu'à sa retraite dans des domaines professionnels orientés vers le conseil et la psychothérapie.

DE FR IT

La communication avec des tableaux de communiation

Dire plus rapidement ce qui m'importe vraiment

Aide à la communication basse technologie
A côté des aides à la communication électroniques comme les applications et Talker, il existe un grand choix d'aides à la communication non-électroniques. Un livre de communication peut aussi être imprimé et est ainsi toujours disponible. Il ne nécessite ni électricité ni internet pour communiquer. Il se laisse utiliser facilement et ne demande pas de connaissances techniques. Les aides à la communication endogènes sont aussi toujours accessibles. Les signes, la propre gestuelle et les mimiques se prêtent particulièrement à la communication avec les proches.

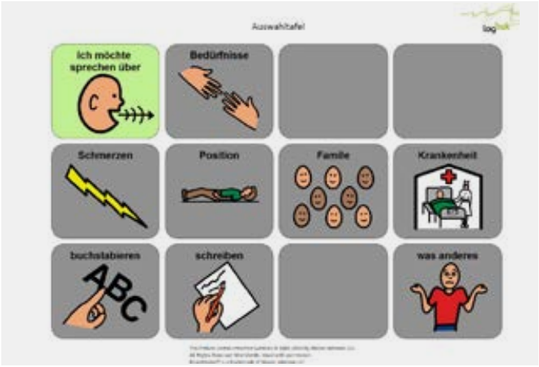
Tableaux de communication adaptés à la situation
Les tableaux de communication permettent une communication indépendante et libre pour les personnes aphasiques. Un tableau de communication est un tableau avec plusieurs images ou pictogrammes. On désigne l'image et on peut ainsi communiquer ce dont on a besoin. Un tableau de communication possède toujours un nombre limité d'images. Le nombre et la grandeur des images peuvent être adaptés individuellement. Il est possible d'utiliser seulement une image, un texte ou une combinaison de texte et d'image. Des pictogrammes courants ou des images d'objets réels appartenant à la personne peuvent être employés. Afin que les tableaux de communication puissent être utilisés de manière judicieuse, on les adapte à la situation. C'est pourquoi il vaut la peine de créer plusieurs tableaux de communication. Ainsi, on peut par exemple réaliser des tableaux de communication pour le dîner, la communication avec Spitex, le groupe de jass, pour cuisiner ou faire ses achats. Les tableaux de communication se laissent aussi très bien combiner avec les aides à la communication techniques. De cette façon, on peut encore communiquer quand la batterie est vide. Si l'on lamine les tableaux de communication, ils peuvent être facilement nettoyés ou désinfectés et sont utilisables par tous les temps. Des modèles simples de tableaux de communication peuvent être téléchargés depuis le site web de «UK-im-Blick» et testés.

Autres informations et modèles

Site web de UK-im-Blick de LogBUK GmbH:
www.uk-im-blick.de
Vous trouverez des modèles à télécharger sous Service => Materialien

Julian Fischer: logo@ik.me

A propos d'UK im Blick:



Le site web UK-im-Blick est tenu par le cabinet LogBUK. C'est un portail d'information sur le sujet CAA. Il est centré sur l'utilisation de la CAA pour adultes.

Julian Fischer est orthophoniste. Il travaille à l'hôpital cantonal de Lucerne. Il siège depuis la fin 2022 au comité d'aphasie suisse. Pendant ses loisirs, il s'intéresse à l'informatique et en particulier aux jeux.

DE FR IT

Réforme de l'AVS

Ce qui change

La réforme AVS 21 a été acceptée par le peuple suisse le 25 septembre 2022 et entrera en vigueur le 1er janvier 2024. L'âge ordinaire de la retraite pour les femmes sera relevé pas à pas de 64 à 65 ans. La première hausse de trois mois aura lieu en 2025 pour les femmes avec année de naissance 1961. Les femmes nées en 1962 devront travailler six mois de plus jusqu'à l'âge ordinaire de la retraite, celles nées en 1963 neuf mois de plus et celles en 1964 jusqu'à l'âge de 65 ans. A partir de 2028, l'âge de la retraite sera le même pour les hommes et les femmes.

La génération de transition sera dédommagée financièrement. Les femmes qui travailleront jusqu'à l'âge de la retraite nouvellement fixé pour elles recevront à vie un supplément à leur rente AVS. Les femmes avec un revenu plus bas recevront un supplément plus élevé. Le supplément mensuel à la rente s'élèvera au maximum à:

- 160 francs pour les femmes avec un revenu jusqu'à 58'800 francs (4 x la rente AVS minimale simple)
- 100 francs pour un revenu entre 58'801 francs et 73'500 francs (5 x la rente minimale AVS simple)
- 50 francs pour un revenu supérieur à 73'501 francs

Les femmes nées en 1964 et 1965 recevront le supplément complet. La compensation descendra à zéro jusqu'à l'année de naissance 1970. Le supplément à la rente sera payé à vie sous forme d'un montant fixe sans compensation du renchérissement.

Les femmes de la génération de transition pourront se décider pour une mise à la retraite anticipée. Elles prendront leur pension avec 64 ans (ou plus tôt), ce qui diminuera leur rente.

Divers effets de la réforme de l'AVS touchent aussi bien les hommes que les femmes. Comme nouveauté, on pourra percevoir sa première rente AVS de manière flexible entre 63 et 70 ans (Les femmes de la génération de transition à partir de 62). En outre, il sera possible de percevoir d'abord seulement une partie de la rente, entre 20 et 80 pour cent, et différer le reste. Cela doit faciliter le passage à la retraite.

Les personnes qui travaillent au-delà de l'âge ordinaire de la retraite et gagnent plus de 1'400 francs par mois doivent continuer de cotiser à l'AVS. Actuellement, ces cotisations ne donnent pas droit à une rente AVS plus élevée. La réforme de l'AVS corrige cela en partie. Comme nouveauté, les cotisations payées après 65 ans seront prises en compte pour le calcul de la rente. Cela augmentera l'attractivité financière de la poursuite du travail au-delà de l'âge ordinaire de la retraite. Les personnes qui auront déjà atteint la rente maximale ne pourront pas l'augmenter. A l'avenir, on pourra en outre décider si l'on veut payer des cotisations AVS sur la totalité du revenu ou choisir la franchise de 1'400 francs par mois.

Ivo Zemp. Expert fiduciaire diplômé. Marié et père de 3 enfants. Partenaire et copropriétaire d'OPTEX Treuhand AG à Kriens. Nous offrons un encadrement optimal par des experts dans les domaines de la fiducie, de la fiscalité, du conseil et de l'audit.

La confiance comme clé

Des œuvres magnifiques à la vente aux enchères de tableaux

Après une période de préparation d'un an, la veille au soir du 23 mai 2023, les artistes et les acheteurs se rencontrèrent enfin à l'hôtel Continental Park de Lucerne pour la vente aux enchères publique de tableaux d'aphasie suisse. 22 œuvres impressionnantes sur le thème «confiance» étaient disposées dans la salle et se présentaient au public intéressé.

Eloquent, sympathique et avec beaucoup d'adresse, le commissaire-priseur Manuel Naranjo mena les personnes présentes à travers l'événement et les incita à acheter les tableaux. Des informations et des interviews de et avec les artistes, ainsi qu'avec le président Crisanto Farese, enrichirent la vente aux enchères de tableaux fort réussie.

Avec le produit de la vente aux enchères de tableaux, les projets nationaux «Théâtre en mouvement» et «Cuisiner avec des images» peuvent être réalisés. Il est bon de voir que la confiance dans la communauté a été payante et qu'aphasie suisse peut réaliser les nouvelles offres avec assurance.

Confiance

Cela a surgi du néant. N'étais-je pas concentrée pour un instant ou peut-être trop fatiguée? C'est dans un autre monde que je me suis réveillée. De ce qui est arrivé, je n'en sais plus rien.

Aujourd'hui, je me sens continuellement plus légère, plus directe et plus détendue. Retrouve d'anciens penchants et sentiments. M'épanouis par exemple dans la peinture et constate des développements que je ne planifie pas.

Mon environnement participe à ce qui arrive et me rend confiante que le sens de la vie continue régulièrement sous des formes diverses.

Sandra Speiser, présenté à la vente aux enchères de tableaux

Texte et photos: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse

Des moments qui restent en mémoire

Une fête du jubilé fort réussie

Un membre d'honneur très ému, les visages heureux des chanteuses et chanteurs du chœur de yodel de personnes aphasiques et les échanges animés entre les membres de l'association. Ce sont là trois images qui me reviennent en premier quand je repense à la fête d'anniversaire.

Le 23 juin 2023, la communauté d'aphasie suisse s'est retrouvée pour fêter le 40ème anniversaire à l'hôtel Continental Park à Lucerne.

Lors de la première partie, le président Crisanto Farese nous conduisit avec beaucoup de verve, une grande maîtrise et en deux langues à travers l'assemblée générale. Un point fort de celle-ci furent les adieux au Prof. Dr Jean-Marie Annoni qui quittait le comité après 30 ans d'activités au sein de l'association. Cornelia Kneubühler, Sandra Speiser et Monica Koenig rendirent hommage à son travail et lui adressèrent des remerciements bien mérités. Entre les discours, les chanteuses et chanteurs du chœur de yodel de personnes aphasiques embellirent ces marques de reconnaissance de leurs interludes musicaux.

Comme distinction particulière, Crisanto Farese nomma le Prof. Dr Jean-Marie Annoni membre d'honneur d'aphasie suisse et lui remit son certificat.

Le repas de midi pris en commun offrit la possibilité de se plonger dans les souvenirs, d'échanger et de soigner ses contacts. La Prof. Dr Rita Fasel enrichit l'après-midi avec son exposé «Un autre regard sur les émotions».

Les nombreux retours positifs sur la fête du jubilé nous motivent dans notre travail journalier et montrent une fois de plus - Les rencontrent rendent plus forts!

Texte: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Photos: Luzia Niederberger, aphasie suisse

NOUVEAUTES | Manifestations

Conquérir les cœurs en yodlant

Concert du jubilé enthousiasmant

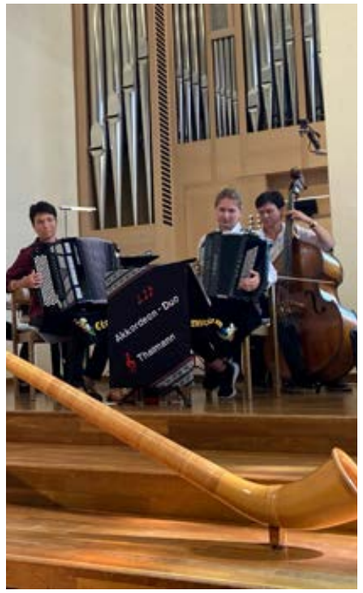
La tension des chanteuses et chanteurs du chœur de yodel de personnes aphasiques était clairement perceptible lors des répétitions. Comment leur prestation lors du concert anniversaire du 23 septembre 2023 à Lucerne serait-elle perçue par les auditeurs?

L'étincelle a rapidement jailli et les chanteurs ont su enthousiasmer le public. La directrice chevronnée du chœur de yodel de personnes aphasiques, Silvia Rymann, a mené le chœur à des performances de haut niveau grâce à sa calme et à sa maîtrise. Les prestations de l'orchestre familial Cècile Thalmann et du joueur de cor des Alpes Walti Sigrist ont enrichi le programme du concert, qui était en tous points réussi.

Ce qui reste, c'est une joie irrépressible pour la musique et le souvenir d'un concert du jubilé enthousiasmant. Un grand merci à tous les participants qui ont rendu cela possible.

Texte: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Photos: Luzia Niederberger, aphasie suisse

DE FR IT



DE FR IT

Faire de la pâtisserie sans rencontrer de barrières langagières

Brochure de desserts aphasie suisse

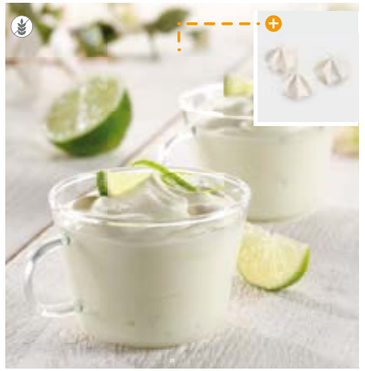
Notre nouvelle brochure de desserts se passe de mots. Chacune des dix recettes se compose de photos et de pictogrammes. Tous les ingrédients et ustensiles de cuisine sont montrés en images, chaque opération est photographiée. L'éventail de desserts va des brownies à la mousse de yaourt au citron vert en passant par le parfait au caramel, la crème de mascarpone aux myrtilles et le tiramisu.

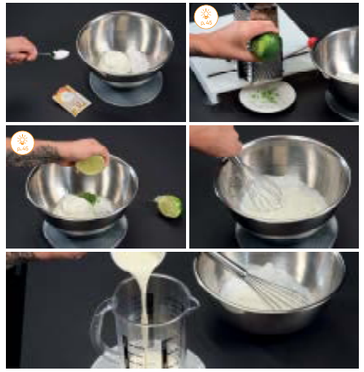
En outre, des astuces pratiques sont présentées sur quatre pages: comment râper des citrons, séparer le blanc du jaune de l'oeuf, fondre du chocolat au bain-marie, former des boules de glace et ouvrir des emballages. Cela pour des personnes qui doivent se débrouiller avec une seule main suite à une paralysie ou une maladie rhumatismale.

Trois femmes et hommes touchés de manière différente par l'aphasie faisaient partie de l'équipe nombreuse qui a élaboré la nouvelle brochure de desserts pendant un travail de plusieurs mois. Lors de quatre ateliers, deux jours d'essais en cuisine et trois journées de prises de vue photographiques, les dix desserts ont été choisis par les personnes aphasiques et préparés par elles.

La brochure au format 23 x 23 cm compte 52 pages. Elle peut être commandée pour le prix de CHF 22.00, frais de port inclus, au numéro de téléphone 041 240 05 83 ou sous info@aphasie.org.

www.aphasie.org/fr/shop/





Texte: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Photos: Foto Plus Schweiz GmbH

DE FR IT

Excursions avec l'Aphasie Treff

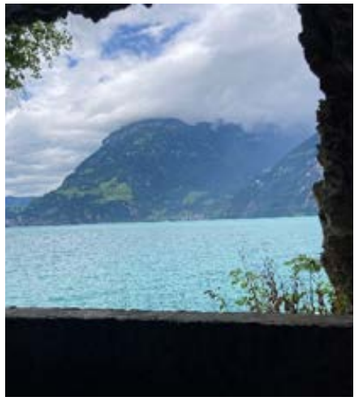
Le rendez-vous pour des activités et des excursions en Suisse centrale

Malgré un temps pluvieux, l'excursion de juillet nous a conduits sur la version raccourcie de la «Voie suisse». De bonne humeur, nous avons commencé la journée avec un convivial «café croissant» sur le bateau. Naturellement, une amusante partie d'UNO ne pouvait manquer. A Isleten, le vent nous a presque balayés du débarcadère. Mais le temps ne pouvait rien contre nous, car notre chemin passait au sec dans le tunnel en direction de Bauen. Un magnifique parcours pédestre d'environ une heure. Après un délicieux repas de midi, nous sommes retournés en bateau à Lucerne.

L'excursion du mois d'août a pris une forme un peu plus sportive. Avec un tricycle et un tandem électriques de la fondation Brändi, nous nous sommes mis en route de Lucerne à Ruswil. Grâce à l'assistance, nous avons maîtrisé toutes les montées du parcours. A Ruswil, sur la petite «Alp», Fausto et Priska nous ont accueillis chaleureusement et vraiment gâtés avec des mets délicieux. Encore une fois, un tout grand merci à Fausto et Priska! Le retour en direction de Lucerne s'est effectué le ventre plein, mais plus facilement grâce à la descente. Satisfaits et heureux, nous nous sommes dit au revoir après une boisson rafraîchissante à l'«Inseli».

Excursions

11.10.23	Culinarium Alpinum Alp Sprinz dégustation
15.11.23	Bourbaki Economie du film et technologie cinématographique en mutation
13.12.23	Aphasie Treff dans la Kreativ Werkstatt
20.12.23	Aphasie Treff au Bewegtes Theater



Texte et photos: Luzia Niederberger, aphasie suisse

Café de la parole et Théâtre en mouvement

Nouvelles offres

Café de la parole
En commun avec notre orthophoniste, Julian Fischer, nous bavardons sur les situations du quotidien. Ainsi, nous exerçons le langage, la communication et les possibilités d'expression dans une atmosphère détendue.

Mardi	**Heures:**
10.10.2023	09h30 – 11h30
21.11.2023	
28.11.2023	Gratuit pour les membres
12.12.2023	

Théâtre en mouvement
Par la parole, les sons et le mouvement, expérimente ton expression personnelle sur la scène du théâtre. Acteur-trices avec et sans expérience théâtrale sont les bienvenu-es.

Mercredi	**Heures:**
25.10.2023	14h00 – 16h30
22.11.2023	
20.12.2023	Gratuit pour les membres

Photos: freepik.com

DE FR IT

ASSOCIATIONS ROMANDES D'APHASIQUES

Visite du Musée des traditions et des barques du Léman

AVALA – Association Valaisanne des Aphasiques

Notre nouvelle sortie du 30 juin 2023 nous entraîne à St-Gingolph, dernier village valaisan au bord du lac Léman. Pour faciliter cette visite, le groupe de 28 personnes est séparé en trois.

Nous commençons par les Perles du Lac, les Perles du Léman, les Perles de St-Gingolph.

M. Jean-Loïc Selo nous explique l'histoire de cette activité. Les perles sont créées à partir d'écailles de poissons. Le morceau d'émail est ensuite monté sur tige et enrobé de plusieurs couches d'un produit secret pour devenir une perle. Il a remis au goût du jour une tradition centenaire.

Des colliers, des bracelets, des bagues …
un rêve, un charme, un amour.

Nous passons à la suite … la découverte des traditions.

Le musée est aussi installé dans le château du XVIème siècle. Les thèmes abordés sont relatifs aux activités quotidiennes du village à l'époque des barques, à la forêt et au transport du bois ainsi qu'aux châtaigneraies. La dernière partie est consacrée aux maquettes. Elles représentent les différents types d'utilisation des barques. Nous passons de petites embarcations de transport à fond plat, aux barques du Léman, aux barques de charge ainsi qu'aux voiles latines, patrimoine lémanique. Nous terminons avec la visite de la salle consacrée aux bateaux à vapeurs du Léman.

Allez! Les filets de perches nous attendent au restaurant du Rivage «Chez Monmon».

Texte et Photos: Catherine Chablais

DE FR IT

ASSOCIATIONS ROMANDES D'APHASIQUES

Première rencontre de l'année

AVA - Association Vaudoise des Aphasiques

L'AVA organise 3 sorties par an, sans compter l'assemblée générale. Celle du début d'été est du style *culturelle*, septembre c'est dans une buvette d'alpage que l'on se rencontre et en décembre, nous fêtons Noël dans un restaurant au bord du lac Léman. Cette année, pour celle de juin, le choix s'est porté sur le Musée cantonal des beaux-arts à Lausanne, dans son nouvel écrin. Un bâtiment imposant et spacieux, qui grâce à ses concepteurs, a gardé des vestiges des anciennes Halles CFF aux locomotives. 2 groupes ont été formés et chacun a été éclairé par une guide enthousiasme. Sur les milliers d'œuvres exposées, elle nous a commenté de nombreux tableaux, de la manière dont les peintres s'en sont pris pour raconter une histoire, un événement ou rendre vivant un portrait, un paysage, ainsi que les différentes peintures utilisées et les techniques pratiquées pour peindre.

Après cette visite, les yeux pleins de fresques, mais l'estomac dans les talons, nous nous sommes déplacés dans un restaurant sympa de la capitale vaudoise, avec un appétissant repas qui nous a été servis et remis en selle. Le clou de la journée, c'est bien le discours de notre Présidence qui nous a conté les événements passés et futurs de notre association, complétés par des informations utiles. Un grand merci aux organisateurs-rices qui sont des membres de l'association, épaulés par notre secrétariat tenu par des logopédistes du CHUV.

Ces rencontres nous permettent de se retrouver avec, toujours, plein de plaisir et de gaieté, ainsi qu'accueillir à bras ouverts de nouveaux membres. Ensemble, on est plus fort et surtout plus seul, vis-à-vis de ce handicap. A la fin de la réunion, on se réjouis déjà de se revoir à la suivante.

Texte et Photos: Laurent Augent

DE FR IT

ASSOCIATIONS ROMANDES D'APHASIQUES

Un été chaud. Des rencontres chaleureuses

Espace d'Evasion, Groupe des aphasiques Neuchâtel

Les périodes de canicule ont été évidemment éprouvantes pour tout le monde. Mais la vraie chaleur était dans le cœur de celles et ceux qui ont participé aux activités organisées durant ces mois d'été.

Il y a d'abord eu le concert du chœur LaFaSi le 17 juin au temple de Peseux. Un grand programme. Un public nombreux. De la joie à chanter. Et le samedi suivant, le chœur s'est à nouveau produit lors de la fête de paroisse des Valangines. Après une courte pause estivale, les choristes ont repris les répétitions avec de nouveaux chants au répertoire.

Le 13 juillet, Philippe a organisé la visite du nouveau musée d'histoire naturelle de la Chaux-de-Fonds. Intégré au zoo du Bois du Petit Château, le nom donné à cet ensemble est MUZOO. Nous ne pensions pas que ce lieu très fréquenté serait dévasté quelques jours plus tard par la terrible tempête qui a sévi à la Chaux-de-Fonds.

Le 17 août, Thérèse faisait embarquer le groupe au port de Neuchâtel pour une balade en bateau jusqu'à la Sauge, ce lieu de la grande Cariçaie très connu des ornithologues. Le partage d'un repas est toujours une occasion privilégiée pour renouer les contacts en étant à l'écoute de chacune et chacun.

Lors du Stammtisch en septembre, il faudra déjà porter le regard vers la fin de l'année et 2024 pour agender de nouvelles activités. Le temps passe vite.

En conclusion, un grand merci à vous les membres qui avez manifesté de l'intérêt à ces activités de groupe. Un grand merci à vous proches-aidants, bénévoles, logopédistes pour votre fidèle et précieuse collaboration.

Comme plusieurs membres ont été éprouvés par la maladie ou une chute, il est utile de redire à tous et toutes: «Prenez bien soin de vous!»

Texte: Rémy Wuillemin
Photos: Thérese von Wyss

Jeûner et survivre en Norvège

Un récit comme la vie en écrit

Le 23 septembre a eu des conséquences pour moi: infarctus dans le territoire de Mediastrom! Grâce à des soins médicaux immédiats, j'ai survécu à l'infarctus. Suivirent deux mois intensifs à l'hôpital avec neuropsychologie, orthophonie, physiothérapie et ergothérapie.

Sans l'aide des autres patients, de mes enfants et amis, il ne m'aurait pas été possible d'à nouveau calculer, écrire ou parler des langues étrangères.

Après d'innombrables heures et mois, j'étais de nouveau prêt. Je pouvais partir en Norvège avec mon camping-car. Le silence infini associé à une sensibilité accrue par le jeûne m'a permis de me confronter à moi-même et à mes questionnements au sujet de ma vie.

Texte und photos: Micheal Arndt

Rencontre avec Monsieur Christian Salamin

Asseyons-nous le temps d'un repas auprès de Monsieur Christian Salamin

En cette soirée du 10 mars 2023, l'hôtel Ibis à Sion accueille une trentaine de personnes du groupe Avala-Valais. Nous sommes présents pour écouter et partager l'expérience de «Ride for Stroke» de Monsieur Salamin. Il a traversé l'Europe sur un vélo adapté en 2021.

Il nous explique qu'en 2015 son monde bascule dans l'horreur. Un AVC massif le laisse avec une hémiplégie. Pour rester en vie, il s'imagine sur son vélo, sa passion. Un rêve, un objectif, un but qu'il veut réaliser malgré des séquelles physiques visibles et invisibles.

Une aventure! Il va rouler 5'400 km à vélo à travers 7 pays en partant de Trondheim en Norvège jusqu'à St-Jacques de Compostelle en Espagne (EuroVelo 3). «Tout est possible, il suffit d'y croire, se battre et ne jamais abandonner».

La liberté, c'est partir seul sur son vélo «un défi sportif car en faisant un AVC j'ai perdu ma liberté».

Il va rouler 60 km par jour soit 3h30 à 4h00 de vélo tous les jours. De plus, il a géré la planification et la logistique de son expédition. Un périple dans lequel quelques personnes se sont jointes à lui soit pour quelques heures ou quelques jours.

Accepter … s'adapter … rouler … continuer … avancer …

Catherine Chablais

DE FR IT

Mots croisés

Il peut avoir cinq roues	Absence de salive		De taille élevée	4	Il aima Juliette	Qui ne peut plus rien absorber	Période histo-rique	Produire un effet			Ancêtre de l'UE	Ciel des poètes	Canton suisse aléma-nique		Passage protégé
								Groupe pop biennois							
La sienne			An-cienne auge glaciaire		En-semble des troupes				6		Tissu à côtes obliques		Cette chose-là		
Conta-miné par des germes								Mesure de longueur		Un peu trop mûres		2			
			1		Poisson vorace		Écrivain suisse † (Conrad)						Gaz dange-reux des mines		Mettra debout
Non-Rom, pour les Roms		Action de mettre bas		Deman-der courtoi-sement						Poèmes sacrés nordi-ques		Variété de gaz			5
Grami-née à graines toxiques					4		Cannes de golf		Mal orientée						
				Institu-tion hu-manitaire (sigle)		Sale (pop.)						École normale supé-rieure		Ainsi en latin	
Cinéaste britanni-que † (Carol)	Langage infor-matique		Faisceau de fils						Fleur royale		Ouver-ture d'un violon				
Arbre de Noël						Il bat le roi		Lac des Préalpes (FR; 2m.)							
Centre de l'action			Vin blanc de Bour-gogne				3				Fit fondre dans sa bouche				
Domaine skiable (VD; 2m.)										1	2	3	4	raetsel ch 5	6

Sudoku 2

	2		7		1			
9	4	5	6	8			3	7
				9	4			
4			1		9	2	7	
							4	3
			8				1	
2		3		1				6
	6		5	2				
	7	1			6			

DE FR IT

L'identità è … il senso della propria dignità

Anette Lippeck · Psicologa laureata

«Chi sono io?» – Questa domanda ci accompagna una vita intera. Il neonato impara già nei primi mesi di vita che non è identico alla madre. Il bambino di un anno sviluppa già una coscienza delle proprie capacità perciò vuole fare tante cose da solo. Il bambino in età scolastica sa distinguere la verità dalla falsità e si paragona con i suoi compagni ed amici. E la gioventù? Cerca intensamente risposte alle due domande gemelle: «Chi sono io»? «Chi voglio essere»? In questa età è altrettanto importante la domanda di relazione «E tu chi sei»?

Oggigiorno, molte persone collegano alla domanda sulla loro identità un duro lavoro intellettuale e la richiesta di autodisciplina. La tendenza attuale richiede che, chiunque voglia stare al passo, «faccia qualcosa della sua vita». Per portare alla perfezione le capacità del proprio corpo e della propria mente, non di rado, i risultati della ricerca scientifica vengono applicati su se stessi; per non dire: i risultati della ricerca scientifica vengono applicati contro (!) se stessi. A questo mondo, l'auto- ottimizzazione e la cura dell'immagine, per le tante persone che hanno avuto un duro colpo del destino od una dura perdita, non sono nessuna risposta veramente utile. Sì, le affermazioni «lavorare su se stessi e prendere la situazione come un apprendimento» o anche «reinventarsi completamente come essere umano», suonano ciniche. La realtà è sbiadita, dolore e disperazione vengono negati. Le persone colpite rinangono, umiliate, all'esterno.

Desidero quindi fare un appello per un controprogetto dell'identità dell'ego e fare pubblicità per una maggiore dignità umana. La mia esperienza è: l'identità è se qualcuno riesce a vivere la forza dei suoi valori sentendosi così in pace con se stesso e se qualcuno, malgrado esperienze avverse, percepisce un senso di vita indistruttibile.

Persone con questo tipo d'identità hanno una radiazione molto particolare. Anche se non dicono molte parole od hanno addirittura perso la capacità di parlare, già solo la loro presenza ha l'effetto di far sentire tranquille persone vicino a loro, di farle radunare e di trasmettere loro speranza e fiducia. A volte, pace ed armonia, non vengono trasmesse con un mare di parole o tramite discorsi appassionati ma attraverso la semplice presenza di persone che hanno trovato nel loro profondo questa dignità della propria identità. Traspare da loro qualcosa di prezioso che si trasforma in gradevoli gesti, amichevoli cenni di capo, sguardi attenti, sorrisi silenziosi o silenzi consolanti.

Può essere poi che noi, verso queste persone che vivono un'identità della dignità, risuoniamo emotivamente e lasciamo perdere in seguito la confusione dell'identità dell'ego. Può essere anche che noi, nel profondo, ci ricordiamo ciò che veramente vogliamo e ciò che per noi personalmente è veramente importante.

Il nostro parlare ed il nostro agire riacquistano così forza e chiarezza.

Anette Lippeck ha compiuto studi di psicologia nell'ambito delle scienze naturali e, fino al suo pensionamento, ha lavorato nel campo della consulenza e della psicoterapia.

Comunicazione con tavole di comunicazione

Dire più in fretta ciò che per me è veramente importante

Aiuto di comunicazione non elettronico
Oltre all'aiuto di comunicazione elettronico come Apps o talker, esiste una svariata scelta di aiuti di comunicazione non elettronici. Un libro di comunicazione può anche essere stampato ed essere così sempre a disposizione, senza necessitare né corrente né internet. Lo stesso si lascia sempre utilizzare e non richiede conoscenze tecniche. Anche gli aiuti di comunicazione tramite la comunicazione corporea sono sempre accessibili: i segni, la propria mimica ed i propri gesti sono particolarmente adatti per la comunicazione con le persone di riferimento più vicine.

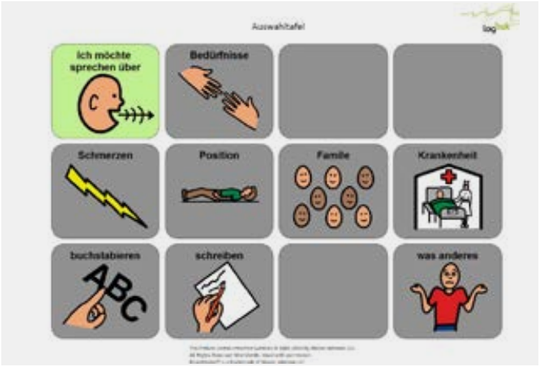
Tavole di comunicazione in base alla situazione
Alle persone con afasia, le tavole di comunicazione permettono una comunicazione libera ed indipendente. Una tavola di comunicazione è una tavola con diverse immagini e pittogrammi: si indica l'immagine potendo così comunicare ciò di cui si ha bisogno. Una tavola di comunicazione ha sempre un numero limitato di immagini ed il numero e la grandezza delle immagini possono essere personalizzati. È possibile utilizzare solo un'immagine, solo un testo od una combinazione di immagine e testo. Possono essere usati pittogrammi generali od immagini di veri oggetti della persona. Per fare in modo che le tavole di comunicazione siano utilizzate in maniera sensata, le stesse vengono adattate alla situazione; per questo conviene quindi creare diverse tavole di comunicazione. Si possono così creare tavole di comunicazione per il pranzo, per la comunicazione con Spitex, per il gruppo di Jass, per cucinare o anche per fare la spesa. Le tavole di comunicazione si possono anche combinare molto bene con l'assistenza tecnica di comunicazione; si può così ancora comunicare quando la batteria risulta scarica. Se le tavole di comunicazione vengono laminate, le stesse possono essere pulite o disinfettate ed essere utilizzate con qualsiasi tempo. Semplici modelli di tavole di comunicazione possono essere scaricati e provati alla pagina web di «UK-im Blick».

Ulteriori informazioni e modelli:

Pagina web di «UK-im-Blick» di LogBUK GmbH:
www.uk-im-blick.de
I modelli da scaricare si trovano
sotto Service => Materialien

Julian Fischer: logo@ik.me

UK im Blick



La pagina web «UK-im-Blick» è gestita dallo studio LogBUK. È un portale informativo sul tema della CAA ed il suo punto forte è l'utilizzo della CAA per gli adulti.

Julian Fischer è logopedista. Lavora presso l'ospedale cantonale di Lucerna e, dal 2022, fa parte del Consiglio d'amministrazione di aphasie suisse. Nel tempo libero si interessa di informatica e di videogiochi.

Riforma AVS
C'è un cambiamento

La riforma AVS è stata accolta dal popolo svizzero il 25 settembre 2022 ed entrerà in vigore il 1° gennaio 2024. L'età ordinaria di pensionamento per le donne sarà gradualmente aumentata da 64 a 65 anni. Il primo aumento di 3 mesi avverrà nell'anno 2025 e sarà valido per le donne nate nel 1961. Le donne nate nel 1962 devono lavorare 6 mesi in più fino al regolare pensionamento, quelle nate nel 1963 nove mesi in più e quelle nate nel 1964 dovranno lavorare fino ai 65 anni di età. A partire dal 2028 sarà valida la stessa età di pensionamento sia per gli uomini che per le donne.

La generazione di transizione viene finanziariamente risarcita: le donne che lavorano fino alla nuova età valida per il pensionamento ricevono per questo un supplemento a vita sulla loro pensione AVS. Donne con un reddito basso ricevono un maggiore supplemento. Il supplemento mensile sulla pensione non supera:

- Fr. 160 per donne con un reddito fino a Fr. 58'800 (4 volte rendita AVS minima individuale)
- Fr. 100 per un reddito fra Fr. 58'801 e Fr. 73'500 (5 volte rendita AVS minima individuale)
- Fr. 50 per un reddito a partire da Fr. 73'501

Le donne nate nel 1964 e 1965 ricevono l'intero supplemento. Fino all'anno 1970 la compensazione scende a zero. Il supplemento alla pensione viene versato a vita, senza modifica d'importo e senza adeguamento all'inflazione.

Le donne della generazione di transizione possono decidere in merito ad un pensionamento anticipato: vanno in pensione a 64 anni (o anche prima). Questo prelievo anticipato riduce la loro pensione. Vari effetti della riforma AVS riguardano sia donne che uomini. Una novità è che sarà possibile percepire la prima pensione AVS in modo flessibile tra i 63 e i 70 anni (le donne della generazione di transizione a partire da 62 anni). Inoltre, sarà possibile percepire prima solo una parte della pensione, dal 20 all'80%, e rinviare il resto. Questo dovrebbe facilitare la transizione verso il pensionamento.

Chi lavora oltre la normale età pensionabile e guadagna più di Fr. 1'400 al mese deve continuare a versare all'AVS. Tuttavia, questi contributi non portano attualmente a una pensione più elevata. La riforma dell'AVS corregge parzialmente questa situazione. I contributi versati dopo i 65 anni saranno ora pensionabili. Ciò rende finanziariamente più interessante lavorare oltre l'età pensionabile ordinaria. Chi ha già raggiunto la pensione massima non può aumentarla ulteriormente. In futuro, le persone potranno anche decidere se pagare i contributi AVS sull'intero reddito o scegliere l'importo di esenzione di Fr. 1'400 al mese.

Ivo Zemp. Esperto fiduciario certificato. Sposato e padre di 3 figli. Socio e comproprietario di OPTEX Treuhand AG a Kriens. Offriamo un supporto ottimale da parte di esperti nei settori dei servizi fiduciari, delle imposte, della consulenza e della revisione contabile.

La fiducia come chiave

Splendide opere all'asta di quadri

Dopo un anno di preparativi, la sera prima del 23 maggio 2023, era finalmente tutto pronto. Artisti ed acquirenti si sono incontrati presso l'hotel Continental Park a Lucerna per l'asta pubblica di quadri di aphasie suisse. Nella sala erano esposte 22 impressionanti opere incentrate sul tema «fiducia» e si presentavano al pubblico interessato.

Il banditore d'asta, Manuel Naranjo, ha condotto l'evento con eloquenza, simpatia ed abilità, motivando i presenti all'acquisto dei quadri. La ben riuscita asta di quadri è stata arricchita da informazioni degli artisti, da interviste con loro, come pure con il Presidente Crisanto Farese.

Con il ricavato dell'asta di quadri si possono realizzare i progetti sul piano svizzero «Teatro in movimento» e «cucinare con immagini». È bello constatare che la fiducia nella comunità è stata ripagata e che, con fiducia, aphasie suisse può ora portare avanti le nuove offerte.

Fiducia
È venuto dal nulla. Forse non ero concentrato per un attimo o forse ero troppo stanco? Mi sono svegliato in un mondo cambiato. Non so più nulla di ciò che è accaduto.

Oggi mi sento sempre più leggero, più diretto ed informale. Ritrovo vecchie inclinazioni e sensazioni. Mi realizzo ad esempio nella pittura e noto sviluppi che non prevedo.

L'ambiente in cui mi trovo partecipa a ciò che sta accadendo e, con fiducia, capisco che il senso della vita continua sempre in viarie forme.

Sandra Speiser, presentata all'asta di quadri

Testo e foto: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse

Momenti che rimangono nella memoria

Festa di giubileo ben riuscita

Un membro onorario commosso, i visi gioiosi delle/dei cantanti del Coro di jodel per persone afasiche ed il vivace scambio fra i membri dell'associazione. Queste sono le prime tre immagini che mi tornano in mente se penso alla festa di giubileo.

Il 23 giugno 2023, la comunità aphasie suisse, si è incontrata presso l'hotel Continental Park a Lucerna per la festa del 40° anno di giubileo.

La prima parte dell'assemblea generale è stata abilmente condotta, con molta verve ed in due lingue, dal Presidente, sig. Crisanto Farese. Un momento importante è stato il commiato del Prof. Dr. Jean-Marie Annoni che, dopo 30 anni di attività presso l'associazione, è uscito dal consiglio di amministrazione. Cornelia Kneubühler, Sandra Speiser e Monica Koenig hanno reso omaggio al suo operato esprimendogli il meritato ringraziamento. Fra un discorso e l'altro, le/i cantanti del Coro di jodel per persone afasiche, hanno musicalmente abbellito questo riconoscimento.

Come premio speciale, il Presidente Crisanto Farese ha nominato il Prof. Dr. Jean-Marie Annoni quale membro onorario, consegnandogli il relativo diploma.

Il pranzo in comune ha dato la possibilità di evocare ricordi, di scambiare opinioni e di curare i contatti. Il pomeriggio è stato poi arricchito dalla Prof.ssa, Dr.ssa Rita Fasel, con la sua relazione «Uno sguardo diverso alle emozioni».

I tanti riscontri positivi sulla festa di giubileo ci danno motivazione nel nostro lavoro quotidiano, mostrando ancor di più che - gli incontri rafforzano!

Testo: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Foto: Luzia Niederberger, aphasie suisse

NOVITÀ | Manifestazioni

Conquistare i cuori con lo jodel

Concerto del Giubileo che ispira

La tensione dei cantanti del coro di jodel per persone afasiche era chiaramente percepibile durante il canto. Come sarebbe stata accolta dal pubblico l'esibizione al concerto di anniversario del 23 settembre 2023 a Lucerna?

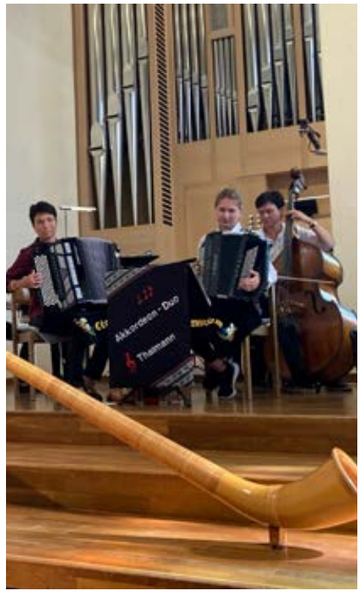
La scintilla è scattata subito e i cantanti hanno saputo entusiasmare.

L'esperta direttrice del del coro di jodel per persone afasiche, Silvia Rymann, ha guidato il coro verso una performance di alto livello con il suo modo calmo e abile. Le esibizioni della band familiare Cècile Thalmann e del suonatore di corno alpino Walti Sigrist hanno arricchito il programma del concerto.

Ciò che rimane è una gioia incontenibile per la musica e il ricordo di un concerto del Giubileo di grande ispirazione. Un grande ringraziamento a tutti coloro che hanno reso possibile tutto questo.

Testo: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Foto: Luzia Niederberger, aphasie suisse

DE FR IT



Fare dolci senza incontrare barriere linguistiche

aphasie suisse – Opuscolo sui desserts

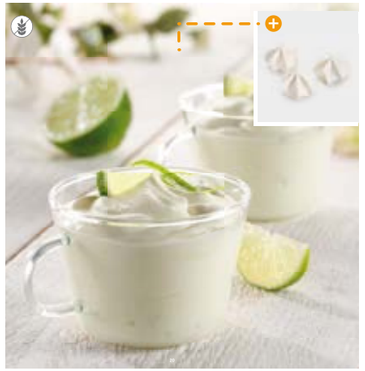
Il nostro nuovo opuscolo sui desserts fa a meno delle parole. Ognuna delle dieci ricette consiste in fotografie e pittogrammi. Tutti gli ingredienti e gli utensili da cucina sono mostrati con immagini ed ogni fase di lavoro è fotografata. La scheda delle ricette varia dai Brownies al parfait al caramello, dalla crema ai mirtilli e mascarpone al tiramisu, fino alla mousse di joghurt e lime.

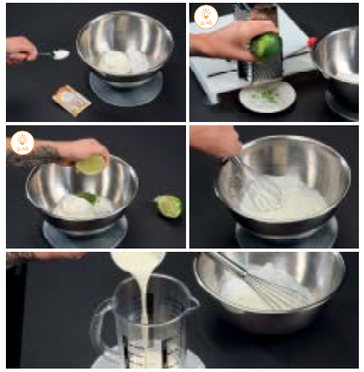
Si trovano inoltre consigli pratici distribuiti su quattro pagine: come grattugiare i limoni, come dividere l'albume dal tuorlo, come sciogliere il cioccolato a bagnomaria, come formare le palline di gelato e come aprire le confezioni. Tutto ciò, per persone che, a causa di una paralisi o di una malattia reumatica, devono cavarsela con una mano sola.

Alla numerosa squadra che, lavorando diversi mesi, ha elaborato il nuovo opuscolo sui desserts, hanno fatto parte tre donne e uomini colpiti in modo diverso da afasia. Nel corso di quattro Workshops, due giornate di prova di cucina e tre giorni di servizio fotografico, i dieci desserts sono stati scelti e preparati da persone colpite da afasia.

L'opuscolo, formato cm 23x23, comprende 52 pagine. Lo stesso può essere ordinato al prezzo di CHF 22.00, comprese le spese di spedizione, telefonando al numero 041 240 05 83 od all'indirizzo info@aphasie.org.

www.aphasie.org/shop





Testo: Cornelia Kneubühler, aphasie suisse
Foto: Foto Plus Schweiz GmbH

DE FR IT

Escursioni con l'incontro Aphasie

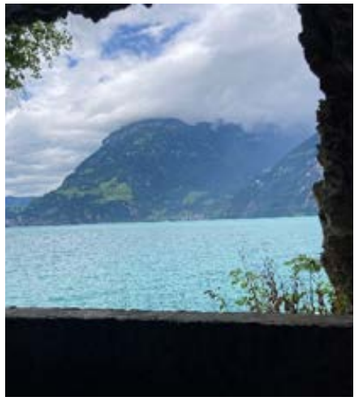
L'incontro per attività ed escursioni nella Svizzera centrale

L'escursione in luglio, malgrado il tempo uggioso, ci ha condotti lungo il sentiero ridotto della «Via svizzera». Accompagnati dal buon umore, con caffè e cornetto, abbiamo cominciato salendo sul battello. Naturalmente non poteva mancare un divertente giro di carte «UNO». Giunti a Isleten, il vento ci ha quasi sbattuti giù dal molo. La meteo non è però riuscita a nuocerci poiché il nostro percorso è proseguito verso Bauen, lungo l'asciutta galleria. Un magnifico tratto da percorrere in ca. 1 ora di cammino. Dopo un ottimo pranzo, si è tornati in battello a Lucerna.

L'escursione in agosto è stata realizzata in maniera piuttosto sportiva. Con una bicicletta elettrica a 3 ruote della fondazione Brändi, ci siamo messi in viaggio da Lucerna verso Ruswil. Grazie al supporto, abbiamo superato tutte le salite del percorso. A Ruswil siamo stati cordialmente accolti sulla piccola «Alpe» da Fausto e Priska, dove siamo stati proprio viziati a livello culinario. Ancora un grazie di cuore Fausto e Priska! Il ritorno verso Lucerna si è poi svolto, anche se a stomaco pieno, in discesa ed un po' più facilmente. Dopo una bibita all'Inseli, ci siamo poi salutati soddisfatti e contenti.

Escursioni

11.10.23	Degustazione Culinarium Alpinum Alp Sprinz
15.11.23	Bourbaki - Industria cinematografica e tecnologia del cinema in transizione
13.12.23	Incontro Aphasie nel laboratorio creativo
20.12.23	Incontro Aphasie nel teatro in movimento



Testo e Foto: Luzia Niederberger, aphasie suisse

NOVITÀ | Servizi

Caffè parlante e Teatro in movimento

Le nostre nuove offerte

Caffé parlante
Chiacchieriamo insieme al nostro logopedista, Julian Fischer, in merito a situazioni della quotidianità. In un ambiente tranquillo, pratichiamo così la lingua, la comunicazione e le possibilità d'espressione.

Martedì	**Orario:**
10.10.2023	09:30 – 11:30
21.11.2023	
28.11.2023	Gratuito per i membri
12.12.2023	

Theatro in movimento
Attraverso la lingua, i suoni ed il movimento, vivi la tua espressione personale sul palco teatrale. Sono cordialmente benvenuti/e attori ed attrici con o senza esperienza teatrale.

Mercoledì	**Orario:**
25.10.2023	14:00 – 16:30
22.11.2023	
20.12.2023	Gratuito per i membri

Digiunare e sopravvivere in Norvegia
Un racconto di vita

Il 23 settembre, per me, ha avuto conseguenze: infarto cerebrale! Sono sopravvissuto grazie al pronto intervento medico e sono susseguiti due intensi mesi in ospedale, con neuropsicologia, logopedia ed ergoterapia.

Senza l'aiuto degli altri pazienti, dei miei figli e dei miei amici, non sarebbe stato possibile tornare a fare calcoli, a scrivere o a parlare lingue straniere.

Dopo innumerevoli ore e mesi, è tornato il momento: ho potuto fare un viaggio in Norvegia con il mio camper. L'infinito silenzio, unito ad una maggior ricettività attraverso il digiuno, mi hanno permesso un confronto con me stesso e con i temi della mia vita.

Testo e Foto: Micheal Arndt

Terra ospitale
sono stata fortunata

Durante la Seconda guerra mondiale io avevo 4-5 anni. Mi ricordo gli ebrei, scappavano dalle montagne e venivano in Svizzera a rifugiarsi.

Mi ricordo anche la famiglia Ottolenghi: mia mamma portava loro le lenzuola vecchie e loro le pitturavano con i colori naturali.

Nel 1951, anno delle valanghe in Ticino e in Mesolcina, una ragazza di Airolo ospite dei suoi parenti veniva a scuola con noi.

Più tardi è stato l'anno dei Lituani: una famiglia composta da padre, madre e una figlia. Il padre dipingeva quadri e alla fine si è buttato nel fiume Moesa. Non posso immaginarmi la vita che ha vissuto quell'uomo. Anni addietro una madre con un bambino piccolo, passando dalla montagna, era arrivata stremata al Ricovero Immacolata di Roveredo.

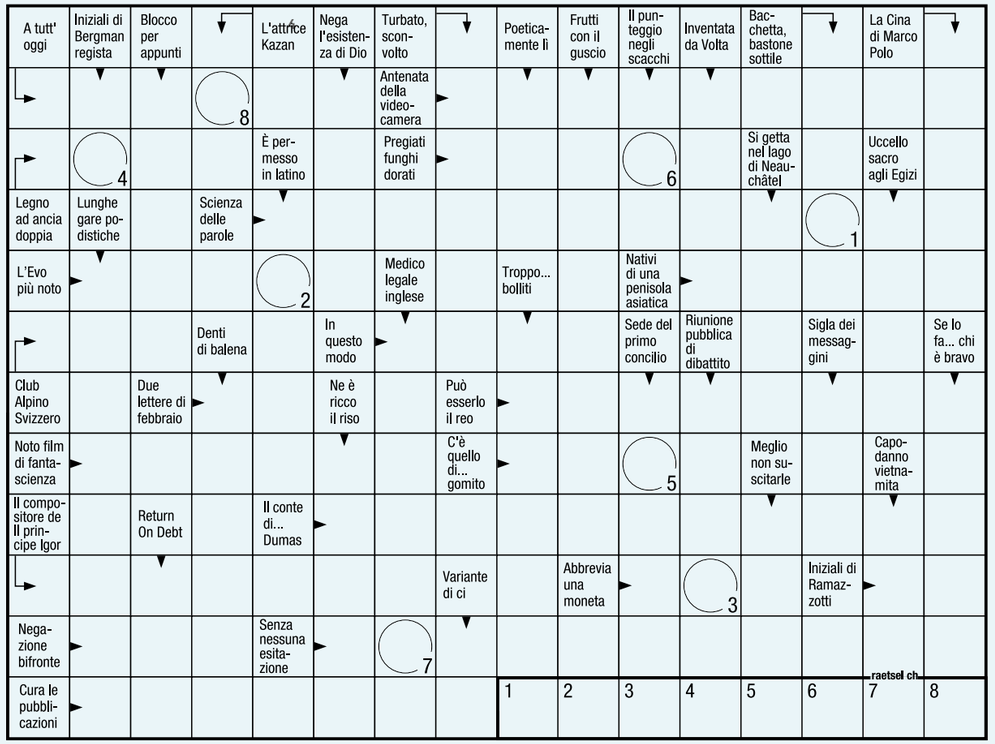
In paese abitavano una coppia di rumeni; quando passeggiavano, l'uomo era davanti e la moglie dietro quasi a 5 metri. La donna non parlava mai. L'uomo diceva «in Romania solo gambe e testa di gallina, l'altro tutto via!». Ringrazio Dio di essere nata in questo paese in pace a anche in benessere. Sono stata fortunata.

Lucia

DE FR IT

SERVIZIO | Engima

Cruciverba



Sudoku 3

				7	9			
1	8	7	3		6	5		
	9		5			7	3	4
5			6					
		4				8		
	1				2			6
		9	7		8			
	6				3			
				2				3

RÄTSEL | RECETTES | ENGIMA

Lösungswort Kreuzworträtsel:	**JUBILAEUM**
Solution des mots croisés:	**JUBILE**
Soluzione cruciverba:	**GIUBILEO**

Sudoku 1

1	2	7	9	3	6	5	8	4
3	4	6	8	1	5	7	9	2
5	8	9	7	4	2	1	3	6
6	9	8	5	2	4	3	1	7
7	1	2	3	6	8	4	5	9
4	3	5	1	9	7	6	2	8
8	5	3	4	7	9	2	6	1
2	7	1	6	8	3	9	4	5
9	6	4	2	5	1	8	7	3

Sudoku 2

3	2	6	7	5	1	9	8	4
9	4	5	6	8	2	1	3	7
1	8	7	3	9	4	5	6	2
4	3	8	1	6	9	2	7	5
6	1	9	2	7	5	8	4	3
7	5	2	8	4	3	6	1	9
2	9	3	4	1	8	7	5	6
8	6	4	5	2	7	3	9	1
5	7	1	9	3	6	4	2	8

Sudoku 3

4	3	5	2	7	9	1	6	8
1	8	7	3	4	6	5	2	9
2	9	6	5	8	1	7	3	4
5	7	8	6	9	4	3	1	2
6	2	4	1	3	7	8	9	5
9	1	3	8	5	2	4	7	6
3	5	9	7	6	8	2	4	1
8	6	2	4	1	3	9	5	7
7	4	1	9	2	5	6	8	3

AGENDA

Schweiz

21. Oktober 2023

Versta-Kurse
Wegweiser Seminar
10.00 – 18.00 Uhr • www.versta.ch

22. Oktober 2023

Versta-Kurse
Wegweiser Seminar
09.30 – 15.30 Uhr • www.versta.ch

02. November 2023

aphasie suisse
Kreativ Werkstatt - Freies Malen
09.15 – 11.15 Uhr • www.aphasie.org

22. November 2023

SFCNS Swiss Brain Health Plan
Kick off Stakeholder Meeting
Kunsthaus Zürich • 13.00 – 18.00 Uhr • www.sfcns.ch

06. Dezember 2023

aphasie suisse
Kreativ Werkstatt - Acryl Pouring
13.30 – 16.00 Uhr • www.aphasie.org

13. Dezember 2023

aphasie suisse
Kreativ Werkstatt - Acryl Pouring
13.30 – 16.00 Uhr • www.aphasie.org

Ausland

29. Oktober 2023

Welt-Schlaganfalltag

15.-17. März 2024

Würzburger Aphasie Tage
kongress@aphasie-unterfranken.de

Was kannst du besonders gut?
Qu‘est-ce que tu sais particulièrement bien faire?
In cosa siete particolarmente bravi?

aphasie.org

/aphasiesuisse